

Informace pro rodiče

Benjamínci úterý



Prázdniny jsou za námi a to opět znamená začátek tréninků. Pro vaši informaci uvádíme termíny tréninků na nejbližší období a rovněž nejbližší závody pro děti. Zúčastnit se jich může kdokoliv. Podrobnější informace ke všem akcím můžete sledovat na našem webu.

TRÉNINKY

Tréninky se konají za každého počasí. Probíhají na atletickém ovále, na travnaté ploše v areálu stadionu. V případě nepříznivého počasí využíváme plochu pod krytou tribunou a dvě tělocvičny nacházející se uvnitř tribuny. Tyto tělocvičny využíváme rovněž v zimě.

ÚTERÝ	**6.9.**	**13.9.**	**20.9.**	**27.9.**	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**
	4.10.	**11.10.**	**18.10.**	**~~25.10.~~**	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**
	1.11.	**8.11.**	**15.11.**	**22.11.**	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**
	29.11.	**6.12.**	**13.12.**	**20.12.**	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**

29.11. se platí na měsíc prosinec. 25.10. se trénink nekoná z důvodu podzimních prázdnin.

TRENÉR

Zodpovědnou trenérkou této tréninkové skupiny je **Veronika Siebeltová** +420733426388

PŘÍSPĚVKY

Příspěvky činí 300 Kč měsíčně a hradí se **hotově** na prvním tréninku v měsíci (netýká se těch, kteří provedli úhradu za celé období na účet).

OMLUVENKY

Jednorázovou neúčast na tréninku není třeba hlásit. Dlouhodobou nepřítomnost nahlaste na tréninku, na e-mail (**benjaminci@atletikafm.cz**) nebo na telefon (733 426 388), abychom Vás nevyřadili z docházky. Nahrazení tréninku v jiný den se **neumožňuje!**

ZÁVODY

Závody pořádáme jak pro naše členy, tak pro širokou veřejnost. Zúčastnit se může kdokoliv, od nejmenších dětí až po dospělé. Připravujeme běhy na různé vzdálenosti v různém prostředí. Všechny děti, které si chtějí vyzkoušet závody jsou vítány. Ovšem pokud nebudou chtít, prosíme, nenuťe je. V cíli všechny čeká sladká odměna.

PONDĚLÍ 19. ZÁŘÍ - SLEZANSKÁ HODINOVKA. Běžecký závod na dráze. Na nejmenší čeká jeden okruh, tedy 400 m. Zahajuje se v 15 hodin. Přihlášení na místě.

SOBOTA 8. ŘÍJNA - BAŠŤANSKÁ ŠESTKA. Devátý ročník pěkného závodu kolem přehrady v Bašce. Start nejmenších dětí je v 9.30 hodin. Přihlášení na místě.

SOBOTA 15. ŘÍJNA - OSTRAVICKÝ KROS. Pátý ročník závodu na Ostravici. Zázemí je přichystáno v Golf Resortu. Start je v 9.00 hod. Přihlášení na místě.

SOBOTA 22. ŘÍJNA - LOUČENÍ S OVÁLEM. Poslední závod na dráze. Děti čeká 200 m v 9.00 hodin. Přihlášení na místě.

SOBOTA 5. LISTOPADU - HORNICKÁ DESÍTKA. Náš největší závod, již 35. ročník. Probíhá u Národního domu v Místku. Podrobnější informace na webu www.hornickadesitka.cz.

SOBOTA 12. LISTOPADU - ŠTANDL KROS. Terénní závod za Baumaxem v Místku. Vjezd k areálu je omezen, podrobnosti budou na webu před závodem. Přihlašování na místě.

SOBOTA 17. PROSINCE - PŘEDVÁNOČNÍ BĚH. Běžeckou cenu zakončíme posledním závodem v zimním měsíci. Start dětí je v 10 hodin. Přihlášení na místě.

Připomínáme, že veškeré informace si můžete přečíst na našich internetových stránkách www.atletikafm.cz v sekci tréninkové skupiny/benjamínci



Informace pro rodiče

Benjamínci středa



Prázdniny jsou za námi a to opět znamená začátek tréninků. Pro vaši informaci uvádíme termíny tréninků na nejbližší období a rovněž nejbližší závody pro děti. Zúčastnit se jich může kdokoliv. Podrobnější informace ke všem akcím můžete sledovat na našem webu.

TRÉNINKY

Tréninky se konají za každého počasí. Probíhají na atletickém ovále, na travnaté ploše v areálu stadionu. V případě nepříznivého počasí využíváme plochu pod krytou tribunou a dvě tělocvičny nacházející se uvnitř tribuny. Tyto tělocvičny využíváme rovněž v zimě.

STŘEDA	**7.9.**	**14.9.**	**21.9.**	~~**28.9.**~~	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**
	5.10.	**12.10.**	**19.10.**	~~**26.10.**~~	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**
	2.11.	**9.11.**	**16.11.**	**23.11.**	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**
	30.11.	**7.12.**	**14.12.**	**21.12.**	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**

28.9. se trénink z důvodu státního svátku nekoná. 26.10. se trénink nekoná z důvodu podzimních prázdnin.

TRENÉR

Zodpovědnou trenérkou této tréninkové skupiny je **Veronika Siebeltová** /733426388/

PŘÍSPĚVKY

Příspěvky činí 300 Kč měsíčně a hradí se hotově na prvním tréninku v měsíci (netýká se těch, kteří provedli úhradu za celé období na účet).

OMLUVENKY

Jednorázovou neúčast na tréninku není třeba hlásit. Dlouhodobou nepřítomnost nahlaste na tréninku, na e-mail (**benjaminci@atletikafm.cz**) nebo na telefon (733 426 388), abychom Vás nevyřadili z docházky. Nahrazení tréninku v jiný den se **neumožňuje!**

ZÁVODY

Závody pořádáme jak pro naše členy, tak pro širokou veřejnost. Zúčastnit se může kdokoliv, od nejmenších dětí až po dospělé. Připravujeme běhy na různé vzdálenosti v různém prostředí. Všechny děti, které si chtějí vyzkoušet závody jsou vítány. Ovšem pokud nebudou chtít, prosíme, nenuťe je. V cíli všechny čeká sladká odměna.

PONDĚLÍ 19. ZÁŘÍ - SLEZANSKÁ HODINOVKA. Běžecký závod na dráze. Na nejmenší čeká jeden okruh, tedy 400 m. Zahajuje se v 15 hodin. Přihlášení na místě.

SOBOTA 8. ŘÍJNA - BAŠŤANSKÁ ŠESTKA. Devátý ročník pěkného závodu kolem přehrady v Bašce. Start nejmenších dětí je v 9.30 hodin. Přihlášení na místě.

SOBOTA 15. ŘÍJNA - OSTRAVICKÝ KROS. Pátý ročník závodu na Ostravici. Zázemí je přichystáno v Golf Resortu. Start je v 9.00 hod. Přihlášení na místě.

SOBOTA 22. ŘÍJNA - LOUČENÍ S OVÁLEM. Poslední závod na dráze. Děti čeká 200 m v 9.00 hodin. Přihlášení na místě.

SOBOTA 5. LISTOPADU - HORNICKÁ DESÍTKA. Náš největší závod, již 35. ročník. Probíhá u Národního domu v Místku. Podrobnější informace na webu www.hornickadesitka.cz.

SOBOTA 12. LISTOPADU - ŠTANDL KROS. Terénní závod za Baumaxem v Místku. Vjezd k areálu je omezen, podrobnosti budou na webu před závodem. Přihlašování na místě.

SOBOTA 17. PROSINCE - PŘEDVÁNOČNÍ BĚH. Běžeckou cenu zakončíme posledním závodem v zimním měsíci. Start dětí je v 10 hodin. Přihlášení na místě.

Připomínáme, že veškeré informace si můžete přečíst na našich internetových stránkách www.atletikafm.cz v sekci tréninkové skupiny/benjamínci



Informace pro rodiče

Benjamínci čtvrtek



Prázdniny jsou za námi a to opět znamená začátek tréninků. Pro vaši informaci uvádíme termíny tréninků na nejbližší období a rovněž nejbližší závody pro děti. Zúčastnit se jich může kdokoliv. Podrobnější informace ke všem akcím můžete sledovat na našem webu.

TRÉNINKY

Tréninky se konají za každého počasí. Probíhají na atletickém ovále, na travnaté ploše v areálu stadionu. V případě nepříznivého počasí využíváme plochu pod krytou tribunou a dvě tělocvičny nacházející se uvnitř tribuny. Tyto tělocvičny využíváme rovněž v zimě.

ČTVRTEK	**8.9.**	**15.9.**	**22.9.**	**29.9.**	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**
	6.10.	**13.10.**	**20.10.**	~~**27.10.**~~	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**
	3.11.	**10.11.**	~~**17.11.**~~	**24.11.**	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**
	1.12.	**8.12.**	**15.12.**	**22.12.**	**vždy 17.30 – 18.30 hod.**

17.11 se trénink z důvodu státního svátku nekoná! 26.10. se trénink nekoná z důvodu podzimních prázdnin.

TRENÉR

Zodpovědnou trenérkou této tréninkové skupiny je **Veronika Siebeltová** /733426388/

PŘÍSPĚVKY

Příspěvky činí 300 Kč měsíčně a hradí se hotově na prvním tréninku v měsíci (netýká se těch, kteří provedli úhradu za celé období na účet).

OMLUVENKY

Jednorázovou neúčast na tréninku není třeba hlásit. Dlouhodobou nepřítomnost nahlaste na tréninku, na e-mail (**benjaminci@atletikafm.cz**) nebo na telefon (733 426 388), abychom Vás nevyřadili z docházky. Nahrazení tréninku v jiný den se **neumožňuje!**

ZÁVODY

Závody pořádáme jak pro naše členy, tak pro širokou veřejnost. Zúčastnit se může kdokoliv, od nejmenších dětí až po dospělé. Připravujeme běhy na různé vzdálenosti v různém prostředí. Všechny děti, které si chtějí vyzkoušet závody jsou vítány. Ovšem pokud nebudou chtít, prosíme, nenuťe je. V cíli všechny čeká sladká odměna.

PONDĚLÍ 19. ZÁŘÍ - SLEZANSKÁ HODINOVKA. Běžecký závod na dráze. Na nejmenší čeká jeden okruh, tedy 400 m. Zahajuje se v 15 hodin. Přihlášení na místě.

SOBOTA 8. ŘÍJNA - BAŠŤANSKÁ ŠESTKA. Devátý ročník pěkného závodu kolem přehrady v Bašce. Start nejmenších dětí je v 9.30 hodin. Přihlášení na místě.

SOBOTA 15. ŘÍJNA - OSTRAVICKÝ KROS. Pátý ročník závodu na Ostravici. Zázemí je přichystáno v Golf Resortu. Start je v 9.00 hod. Přihlášení na místě.

SOBOTA 22. ŘÍJNA - LOUČENÍ S OVÁLEM. Poslední závod na dráze. Děti čeká 200 m v 9.00 hodin. Přihlášení na místě.

SOBOTA 5. LISTOPADU - HORNICKÁ DESÍTKA. Náš největší závod, již 35. ročník. Probíhá u Národního domu v Místku. Podrobnější informace na webu www.hornickadesitka.cz.

SOBOTA 12. LISTOPADU - ŠTANDL KROS. Terénní závod za Baumaxem v Místku. Vjezd k areálu je omezen, podrobnosti budou na webu před závodem. Přihlašování na místě.

SOBOTA 17. PROSINCE - PŘEDVÁNOČNÍ BĚH. Běžeckou cenu zakončíme posledním závodem v zimním měsíci. Start dětí je v 10 hodin. Přihlášení na místě.

Připomínáme, že veškeré informace si můžete přečíst na našich internetových stránkách www.atletikafm.cz v sekci tréninkové skupiny/benjamínci